Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

Согласовано

Директор МБОУ Школа № г.о. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы

3 день 1 недели

На 11 ноября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Каша молочная геркулесован с маслом слив.	260/10гр.		482,52	10,21	23,18	58,13
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	550гр.		749,20	18,10	23,92	114,00
обед:						
Огурец натуральный соленый	100гр.		10,00	0,80	0,10	1,70
Суп картоф.с рисом и рыбными конс.,с зелен.	20/250/3гр.		128,62	2,20	2,78	15,39
Сосиска отварная с соусом	52/50гр.		171,19	5,67	14,46	3,70
Пюре картофельное	180гр.		179,67	3,69	2,79	22,95
Компот из кураги	200гр.		117,80	1,30	0,08	44,68
Хлеб пшеничный	60гр.		140,28	4,74	0,60	28,98
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	945гр.		816,53	20,08	21,16	132,22
полдник:						
Плюшка Московская	100гр.		370,00	7,08	13,14	55,74
Кисель	250гр.		181,35	0,30	0,15	44,70
Всего в полдник	350гр.		551,35	7,38	13,29	100,44
Всего за день			2117,08	45,56	58,37	346,66

Зав. Производством

Калькулятор